خواتین اور دوشیزاؤں کیلئے اپنی طرز کا پہلا ماہنامہ

خواتین ڈائجسٹ

ستمبر 2019



خواتین ڈائجسٹ

بانی و مدیرِ اعلیٰ ——— محمود ریاض

مدیرہ ——— نادرہ خاتون

مدیر ——— آذر ریاض

نائب مدیرہ ——— رضیہ جمیل

مدیرہ خصوصی ——— امت الصبور
بلقیس بھٹی

نفسیات ——— عدنان

اشتہارات ——— خالدہ جیلانی

قانونی مشیر ——— نورالدین سرکی اینڈ کمپنی
ایڈووکیٹس اینڈ لیگل کونسلرز

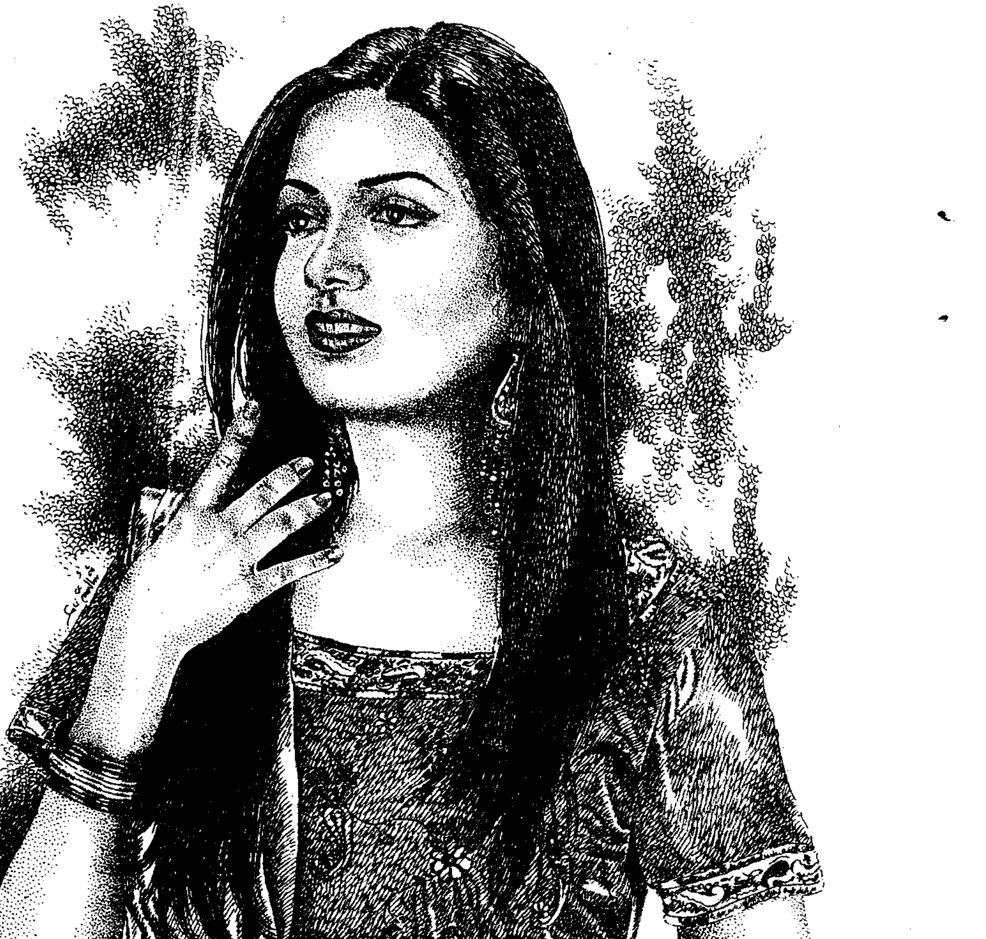
خط و کتابت کا پتہ

خواتین ڈائجسٹ

37-اردو بازار کراچی

MEMBER
APNS
CPNE

رکن آل پاکستان نیوز پیپرز سوسائٹی
رکن کونسل آف پاکستان نیوز پیپرز ایڈیٹرز





نظمیں غزلیں

رنگا رنگ پھول

میری بیاض سے

پکوان

نفسیات

بیوٹی بکس

ستمبر 2019

جلد 47 شمارہ 5

قیمت 70 روپے

خط و کتابت کا پتہ: خواتین ڈائجسٹ، 37 - اردو بازار، کراچی۔

پبلشر آزر ریاض نے ابن حسن پرنٹنگ پریس سے چھپوا کر شائع کیا۔ مقام: بی 91، بلاک W، نارتھ ناظم آباد، کراچی

Phone: 32721777, 32726617, 021-32022494 Fax: 92-21-32766872

Email: info@khawateendigest.com Website www.khawateendigest.com



آنچل
حجاب
حنا
سرگزشت
دوشیزہ
حکایت
عبقری
اردو ڈائجسٹ
پانی
کرن
شعاع
پاکیزہ

مُدیر

کہی سُنی

خواتین ڈائجسٹ کا ستمبر کا شمارہ لیے حاضر ہیں۔

جب سے دُنیا کا آغاز ہوا ہے، حق و باطل کی کشمکش جاری ہے اور دُنیا کے اختتام تک یہ کشمکش جاری رہے گی۔ حق و باطل کی اس کشمکش میں وقتی طور پر باطل غالب ضرور آیا ہے۔ لیکن ظلم و جبر اور طاقت کے ذریعے حاصل ہوئی فتح کی مدت بہت مختصر اور عارضی رہی ہے۔

تاریخ کے صفحات پر ان ہی کے نام سنہری حروف میں لکھے جاتے ہیں، جو حق اور سچائی کی کٹھن راہ کا انتخاب کرتے ہیں اور اس پر قائم رہتے ہیں۔ اس کے لیے بڑی سے بڑی قربانی سے بھی دریغ نہیں کرتے۔ ایسے انسانوں کے نام تاریخ کے صفحات پر ہمیشہ جگمگاتے رہتے ہیں۔ اسلام کی تو پوری تاریخ ہی قربانیوں اور شہادتوں سے عبارت ہے۔

اس ماہ نئے اسلامی ہجری سال کا آغاز ہو رہا ہے۔

محرم الحرام ہجری سال کا پہلا مہینہ ہے۔ یہ حرمت والا مہینہ ہے۔ زمین کی تخلیق سے قبل ہی اللہ تعالیٰ نے طے کر دیا تھا کہ سال کے بارہ مہینے ہوں گے۔ ان بارہ ماہ میں چار ماہ ایام جاہلیت میں بھی حرمت والے مہینے تھے۔ ان مہینوں میں کفار مکہ جنگ و جدل اور قتال سے دُور رہتے تھے۔ ان چار ماہ میں محرم الحرام کا مہینہ بھی شامل تھا۔

یکم محرم الحرام خلیفہ دوم حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ کا یوم شہادت ہے۔ آپ کو حالت نماز میں شہید کیا گیا۔

اور دس محرم الحرام کو شہادت کا وہ اندوہناک واقعہ پیش آیا جب نواسۂ رسول صلی اللہ علیہ وسلم کو خون میں نہلا دیا گیا۔ ان کے اہل خاندان کو ان کی آنکھوں کے سامنے شہید کیا گیا۔ اور میدان کربلا میں ظلم و ستم کی خون چکاں داستان رقم کی گئی۔ یہ تاریخ کا وہ المناک باب ہے کہ قیامت تک اس کے زخم مسلمان بھول نہیں پائیں گے۔

امام عالی مقام کسی ذاتی غرض کے لیے نہیں نکلے تھے۔ آپ نے حق کی بقا، اسلام کی سربلندی کے لیے آواز بلند کی تھی۔ یہ آواز آج بھی زندہ ہے اور ان تمام لوگوں کو ہمت، حوصلہ دیتی ہے جو حق اور سچائی کے لیے جدوجہد کر رہے ہیں۔

آپ کی شہادت دو عظیم سبق دیتی ہے۔ سچائی اور حق کے لیے جدوجہد کا سبق خواہ ساری دُنیا حق کے خلاف متحد ہو۔ اور دوسرا سبق یہ کہ کثرت حق کی دلیل نہیں ہے۔ سچ ہمیشہ سچ ہی رہتا ہے۔ خواہ اس کے ماننے والے تعداد میں کتنے ہی قلیل ہوں۔ ساری دُنیا بھی ظلم و زیادتی کے لیے متحد ہو جائے تو سچ کے داعی ہمیشہ سربلند رہتے ہیں۔

امام عالی مقام کی شہادت اور ان کے جاں نثاروں کی قربانیوں نے ان کو زندہ جاوید کر دیا اور اسلام کو سربلندی عطا کی۔

اس شمارے میں،

- نعیمہ ناز کا مکمل ناول۔ باقی آیندہ، ٭ نادیہ احمد کا مکمل ناول۔ شام ڈھلے،
- بشریٰ احمد اور ثمینہ فرحان کے ناولٹ، ٭ عفت سحر طاہر اور ہمرہ احمد کے ناول،
- فاخرہ جبیں، زرقا سکندر، سمیرا عثمان گل اور سلمیٰ اعوان کے افسانے،
- مشہور ڈراما نگار ثمینہ اعجاز سے ملاقات،
- افسانہ نگار گل افشاں رانا سے باتیں،
- کرن کرن روشنی۔ احادیث نبوی صلی اللہ علیہ وسلم کا سلسلہ،
- نفسیاتی ازدواجی الجھنیں اور عدنان کے مشورے اور دیگر مستقل سلسلے شامل ہیں۔

ستمبر کا شمارہ آپ کو کیسا لگا؟ ہمیں خط لکھنا نہ بھولیے گا۔

قرآن پاک زندگی گزارنے کے لیے ایک لائحہ عمل ہے اور آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم کی زندگی قرآن پاک کی عملی تشریح ہے۔ قرآن اور حدیث دین اسلام کی بنیاد ہیں اور یہ دونوں ایک دوسرے کے لیے لازم و ملزوم کی حیثیت رکھتے ہیں۔
قرآن مجید دین کا اصل ہے اور حدیث شریف اس کی تشریح ہے۔
پوری امت مسلمہ اس پر متفق ہے کہ حدیث کے بغیر اسلامی زندگی نامکمل اور ادھوری ہے، اس لیے ان دونوں کو دین میں حجت اور دلیل قرار دیا گیا۔ اسلام اور قرآن کو سمجھنے کے لیے حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی احادیث کا مطالعہ کرنا اور ان کو سمجھنا بہت ضروری ہے۔
کتب احادیث میں صحاح ستہ یعنی صحیح بخاری، صحیح مسلم، سنن ابوداؤد، سنن نسائی، جامع ترمذی اور موطا مالک کو جو مقام حاصل ہے، وہ کسی سے مخفی نہیں۔
ہم جو احادیث شائع کر رہے ہیں، وہ ہم نے ان ہی چھ مستند کتابوں سے لی ہیں۔
حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی احادیث کے علاوہ ہم اس سلسلے میں صحابہ کرام اور بزرگان دین کے سبق آموز واقعات بھی شائع کریں گے۔

کرن کرن روشنی

ادارہ

دعا کی درخواست کرنے کا بیان

اللہ تعالیٰ نے فرمایا۔
''اور اس (بات) کی وصیت ابراہیم نے اپنے بیٹوں کو کی اور یعقوب نے بھی ''اے بیٹو! بے شک اللہ تعالیٰ نے تمہارے لیے اس دین کو پسند کیا ہے، پس جب تمہیں موت آئے تو اس حال میں آئے کہ تم مسلمان ہو۔ کیا تم اس وقت حاضر تھے جب یعقوب علیہ السلام کو موت آئی، جب انہوں نے اپنے بیٹوں سے کہا تم میرے بعد کس کی عبادت کرو گے؟ انہوں نے کہا ہم آپ کے اور آپ کے باپ دادا، ابراہیم علیہ السلام، اسماعیل علیہ السلام اور اسحاق علیہ السلام کے معبود کی عبادت کریں گے جو ایک ہے اور ہم اس کے فرماں بردار ہیں۔''

فائدہ آیات:۔
اس میں موت کے وقت وصیت کرنے کا ذکر ہے جس سے امام نووی رحمتہ اللہ علیہ نے استدلال فرمایا ہے کہ سفر کے وقت بھی وصیت کرنا جائز ہے کیونکہ موت کا تو کوئی وقت مقرر ہی نہیں اور سفر میں موت کا امکان حضر (اقامت) سے زیادہ بہتر ہے، اس لیے سفر کے وقت بھی وصیت کر دینا بہتر ہے۔

کم تر لوگ

حضرت مصعب بن سعد بن ابی وقاص بیان کرتے ہیں کہ (ان کے والد حضرت سعد کو یہ خیال ہوا کہ انہیں اپنے سے کم تر لوگوں پر فضیلت حاصل ہے تو نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔
''تم لوگ تو ان ہی کمزوروں کی وجہ سے مدد کیے اور رزق دیے جاتے ہو۔ (پھر ان سے برتر ہونے کے زعم کا کیا جواز ہے)''

فوائد و مسائل

1۔ اس میں بہرہ ور طبقات کو نصیحت کی گئی ہے کہ وہ اپنے سے کم تر اور بے وسیلہ لوگوں کو حقیر اور اپنے کو ان سے برتر نہ سمجھیں بلکہ ان کا احترام اور ان سے تعاون کریں۔ کیا پتا اللہ تعالیٰ ان ہی کی وجہ سے تمہیں بھی روزی اور دشمن پر غلبہ عطا فرما رہا ہو۔

سب مایا ہے

انشا جی

سب مایا ہے، سب ڈھلتی پھرتی چھایا ہے
اس عشق میں ہم نے جو کھویا جو پایا ہے
جو تم نے کہا ہے، فیض نے جو فرمایا ہے
سب مایا ہے

ہاں گاہے گاہے دید کی دولت ہاتھ آئی
یا ایک وہ لذت نام ہے جس کا رسوائی
بس اس کے سوا تو جو بھی ثواب کمایا ہے
سب مایا ہے

اک نام تو باقی رہتا ہے گر جان نہیں
جب دیکھ لیا اس سودے میں نقصان نہیں
تب شمع پہ دینے جان پتنگا آیا ہے
سب مایا ہے

معلوم ہمیں سب قیس میاں کا قصہ بھی
سب ایک سے ہیں، یہ رانجھا بھی، یہ انشا بھی
فرہاد بھی جو اک نہر سی کھود کے لایا ہے
سب مایا ہے

کیوں درد کے نامے لکھتے لکھتے رات کرو
جس سات سمندر پار کی نار کی بات کرو
اس نار سے کوئی ایک نے دھوکا کھایا ہے
سب مایا ہے

جس گوری پر ہم ایک غزل ہر شام لکھیں
تم جانتے ہو... ہم کیونکر اس کا نام لکھیں
دل اس کی بھی چوکھٹ چوم کے واپس آیا ہے
سب مایا ہے

وہ لڑکی بھی جو چاند نگر کی رانی تھی
وہ جس کی الہڑ آنکھوں میں حیرانی تھی
آج اس نے بھی پیغام یہی بھجوایا ہے
سب مایا ہے

جو لوگ ابھی تک نام وفا کا لیتے ہیں
وہ جان کے دھوکے کھاتے، دھوکے دیتے ہیں
ہاں ٹھوک بجا کر ہم نے حکم لگایا ہے
سب مایا ہے

جب دیکھ لیا، ہر شخص یہاں ہرجائی ہے
اس شہر سے دور، اک کٹیا ہم نے بنائی ہے
اور اس کٹیا کے ماتھے پر لکھوایا ہے
سب مایا ہے



1۔ اصلی نام؟
گل افشاں رانا
2۔ پیار کا نام؟
گل افشاں ہی کہتے ہیں
3۔ تاریخ پیدائش/سال؟
1987 دس اگست
4۔ قد/ستارہ؟
5 فٹ 8 انچ/لیو، مطلب شیرنی
5۔ مادری زبان؟
پنجابی
6۔ بہن بھائی/آپ کا نمبر؟
چار بھائی اور ہم تین بہنیں ہیں اور میرا نمبر چوتھا ہے۔
7۔ شادی؟
ابھی نہیں ہوئی، دعا کریں جب بھی ملے مجھے میری

افسانہ نگار

گل افشاں رانا سے باتیں

شاہین رشید

روح کا ساتھی ملے۔
8۔ تعلیم؟
انٹر تک پرائیویٹ پڑھا ہے۔
9۔ پہلی تحریر/گھر والوں کا ردعمل؟
غزل لکھی تھی نئے قلم اردو میگزین ''جدہ'' کے لیے جو کہ چھپ گئی اور گھر والے بہت خوش ہوئے۔ پھر پاکستان آ کر ناول لکھ کر خواتین ڈائجسٹ میں بھیجا تو یہاں شرف قبولیت بخشی گئی تو دلی خوشی ہوئی۔ گھر والوں نے بہت سپورٹ کیا۔ میرے بابا اور میری بھابھیوں نے بہت سپورٹ کیا۔
10۔ بچپن کی ایک بری عادت جو مشکل سے گئی؟
ضدی بہت زیادہ تھی۔ ایک بات جو دل میں اٹک جاتی تھی۔ وہ نکلتی نہیں تھی۔ من پسند چیزیں چاہیے ہوتی تھیں بس، متبادل نہیں لیتی تھی۔ لیکن اب ضد سے سمجھوتا کرنا آ گیا ہے۔
11۔ لکھنے کا پہلا معاوضہ کیا تھا؟ کمائی کس کے ہاتھ میں رکھی تھی؟
خواتین ڈائجسٹ کی طرف سے پہلا اعزازیہ ملا تھا اپنے بابا کے لیے سوٹ خریدا تھا اور مزید پیسے ڈال کر گھر والوں کو ٹریٹ دی تھی۔
12۔ آپ کی صبح کب ہوتی ہے؟
جلدی ہو جاتی ہے۔ سات بجے سب کے ساتھ ناشتہ کرنا لازمی ہوتا ہے۔ ناشتہ کر کے پھر سو جاتی ہوں۔
13۔ صبح کیا نہ ملے تو صبح نہیں ہوتی؟
چائے کے بنا صبح نہیں ہوتی۔

معروف ڈرامہ نگار

ثمینہ اعجاز سے ملاقات

شاہین رشید



جو ناظرین بڑے شوق سے ڈرامہ دیکھتے ہیں اور جن کی کہانیوں پر اور رائٹر پر بڑی گہری نظر ہوتی ہے وہ یہ بات یقیناً نوٹ کرتے ہوں گے کہ اگر آج کل دس رائٹرز لکھ رہے ہیں تو ان میں آٹھ خواتین رائٹرز ہوتی ہیں۔ شاید اس کی وجہ یہ ہے کہ خواتین گھریلو مسائل کو نا صرف بہ خوبی سمجھتی ہیں بلکہ ان کو حل کرنا بھی جانتی ہیں۔ تب ہی تو خواتین رائٹرز کے سیریل زیادہ مقبولیت حاصل کرتے ہیں۔ جن خواتین رائٹرز کے ڈرامے آج کل زیادہ شہرت حاصل کر رہے ہیں ان میں ''ثمینہ اعجاز'' بھی ہیں جن کا سیریل ''یاریاں'' اے آر وائی سے آن ایر ہے۔ اور یہ بھی بتاتے چلیں کہ ثمینہ اعجاز کا تعلق بھی ایک ادبی اور لکھاری گھرانے سے ہے۔ ہم ثمینہ صاحبہ کے شکرگزار ہیں کہ انہوں نے اپنی مصروفیات سے ہمیں وقت دیا۔

''کیسے مزاج ہیں؟''

''اللہ کا شکر ہے۔''

''کافی عرصے سے خواہش تھی کہ آپ کا انٹرویو کروں، سو آج یہ خواہش پوری ہو جائے گی؟''

''شکریہ''

''تو جناب...... پہلے تو آپ اپنا فیملی بیک گراؤنڈ بتائیے؟''

''میرا ددھیال لکھنو کانپور کا ہے۔ جبکہ ننھیال امروہہ کا ہے۔ میرا نام میرے والدین نے رکھا ثمینہ اعجاز اور یہی نام آن ایر بھی ہوتا ہے۔ اعجاز میرے ''دادا'' کا نام ہے۔ یہ ''سرنیم'' ہماری پوری فیملی کا ہے۔ ہم اردو اسپیکنگ ہیں۔ فیملی کچھ یوں ہے کہ بہن بھائیوں میں بڑی ہوں۔ مجھ سے چھوٹا ایک بھائی ہے ایک بہن ہے اور پھر دو بھائی ہیں سب شادی شدہ ہیں ماشاءاللہ سے۔

میرے والد کا انتقال سولہ سال قبل ہوا۔ تدریس کے شعبے سے وابستہ تھے۔ پریس سے بھی تعلق تھا اور بہ حیثیت منیجر کے جاب کرتے رہے۔

میری امی بھی بہت ایکٹو خاتون تھیں۔ کوئٹہ ریڈیو اس کے لیے رائٹر ''نفیسہ سعید'' کا کہنا ہے کہ یہ ان کی کہانی تھی جو آپ کے نام سے پیش کی گئی ایسا ہے؟''

''اچھا...... یہ جو خاتون ہیں نفیسہ سعید میں ان کو بالکل بھی نہیں جانتی...... اور میرا نہیں خیال کے ان کو پروڈکشن ہاؤس یا چینل بھی جانتا ہوگا۔ میری تو پروڈکشن کے لوگوں کے ساتھ میٹنگ ہوئی تھی اور ایسا

عفت سحر طاہر

رنگ دے چنریا

ہائی وے پر ٹرالر اور کار کا شدید ایکسڈنٹ ہوتا ہے ٹرالر کا ڈرائیور بھاگ جاتا ہے، کار بری طرح پچک جاتی ہے۔ ڈرائیونگ سیٹ پر بیٹھا مرد اور اگلی نشست پر ہی بیٹھی عورت خون میں لت پت ہیں۔ ریسکیو عملے کا انتظار ہے کہ وہ آئے تو گاڑی کی باڈی کاٹ کر لاشیں نکالی جائیں اسی وقت گاڑی سے ایک بچے کے رونے کی آواز آتی ہے۔

ہاسپٹل میں چار لوگ آئی سی یو کے باہر بیٹھے ہیں نرس باہر آ کر کہتی ہے آپ کے پیشنٹ کو ہوش آ گیا ہے۔ وہ آپ سے بات کرنا چاہتے ہیں۔

سرخ پھولوں سے سجی گاڑی پوش ایریا کے ایک بنگلے کے آگے رکتی ہے تو۔ دولہا کی ماں ملازمہ سے کہتی ہے کہ دلہن کو لے کر اندر آؤ۔ ملازمہ دلہن کو بیڈ روم میں بٹھا کر جانے لگتی ہے تو دلہن اس سے سر درد کی گولی مانگتی ہے۔ ملازمہ کہتی ہے کہ چائے بھی لے آؤں۔

دولہا کمرے میں آتا ہے۔ تو وہ اس کی شکل دیکھ کر حیران رہ جاتی ہے۔ وہ ایک بچی کو لے کر آتا ہے کہ اس کے لیے میں نے تم سے شادی کی ہے۔

زمین کو ہواؤں میں اڑنے اور اونچے خواب دیکھنے کا شوق ہے حریم اس کی چھوٹی بہن اسے سمجھاتی ہے۔

زمین کی سہیلی سجل کہتی ہے کہ تمہیں عباد وسیم پوچھ رہا تھا۔

دوسری قسط



فاخرہ جبیں

دستک ایک سوئی کا

بڑی لمبی رات تھی، بمشکل پار کی تھی...... لمحہ لمحہ گن کر گزارا تھا۔ گھڑی کی سوئیاں تو گویا ہلنے سے انکاری تھیں۔

''صبح کسی سے کہہ کر اس گھڑی کے سیل بدلواؤں گی۔ کم بخت بہت ہی سست چلتی ہے۔'' رات کے کسی پہر انہوں نے سوچا تھا۔

اور اب صبح ہو چکی تھی۔

نانی شیفو نے کوئی دسویں مرتبہ سر اٹھا کر صحن میں کھلتے اس بند دروازے کو دیکھا، جسے نامعلوم مدت تک بند ہی رہنا تھا۔ بھوک کا گرم سا گولہ اٹھا اور انتڑیوں میں دور تک دھواں بن کر پھیل گیا۔

بدقت تمام وہ اٹھیں۔

ضعف سے کمر جھک گئی تھی۔ خمیدہ ٹانگوں پر وزن بھی مشکل سے آتا تھا۔ در و دیوار کا سہارا لے کر وہ اپنے کمرے سے باہر نکلیں۔ برآمدہ پار کیا۔ باورچی خانے کے اندر جھانکا۔

صاف ستھرا...... دھلا دھلایا۔ برتن چمکے، مانجھے اوندھے پڑے تھے۔

نانی شیفو کو بے اختیار ساس کی یاد آ گئی۔ ان کی دیورانی ہمیشہ برتن اوندھے رکھتی تھیں۔ اس پر وہ جل کر خاک ہو جاتیں۔

''ہزار بار کہا ہے...... برتن ایسے مت رکھا کرو۔ یہ بددعا دیتے ہیں، نہ رزق آئے، نہ کوئی ہم میں پکائے۔ برتن سیدھا رکھو اور ڈھانپ کر رکھو۔''

''ہاہ۔'' نانی شیفو نے ٹھنڈی آہ بھری اور پلٹ آئیں۔

''کیسی نحوست ہے۔ لوگوں کے گھر میں اس وقت چولہا جلتا ہے، پراٹھے مہکتے ہیں۔ برتن کھنکتے ہیں۔ چائے کی خوشبو سارے گھر میں پھیلتی ہے، اشتہا بڑھاتی ہے اور یہاں ہمارے گھر میں بند دروازے کھلنے کا نام ہی نہیں لیتے۔''

ٹانگوں میں کپکپاہٹ سی اتر آئی تھی۔ وہ گرتی پڑتی دوبارہ سے بستر پر ڈھیر ہو گئیں۔

چھ بیٹیاں بیاہ کر نانی شیفو ایک بہو لائی تھیں۔

بہو بھی اپنے پیچھے سات بہنیں چھوڑ کر آئی تھی۔ نانی شیفو کا تجربہ کہتا تھا۔ بھرے پرے گھر سے لڑکی آئے گی تو کھلے دل کی...... مزاج کی اچھی ہو گی۔ میل جول، لین دین کے طریقوں سے آشنا ہو گی۔ کل کلاں بیٹیاں اپنے اپنے گھروں سے آئیں گی تو بانہیں کھولے ان کو سینے سے لگائے گی۔

''ہم نہ بھی ہوئے تو بھاوج میکہ نہ بنائے رکھے گی بچیوں کا۔'' وہ بڑے مان سے کہا کرتی تھیں مگر بہو بیگم نے عمر بھر کا تجربہ پھونک مار کر اڑایا اور خاک بنا کر ان کے سر پر ڈال دیا۔

وہ بھرے پرے گھر سے اتنی تھکی ہوئی آئی تھی۔ شور شرابے سے نالاں، میل جول سے گریزاں، نہ خود میکے جاتی، نہ نندوں کا میکے آنا پسند کرتی۔ بس ایک کمرا اس کا اپنا تھا اور دوسرا شوہر......

''سیانی بیٹیاں سسرال جائیں تو پھر ان ہی کی ہو جاتی ہیں۔ ان کے رنگ ڈھنگ اپناتی ہیں۔ ان ہی کی زبان بولتی ہیں، جہاں سب بیٹھے ہوں۔ وہاں بیٹھنا...... جو سب کھائیں وہ کھانا...... جہاں لے جائیں، جانا...... جہاں سے روک دیں، رک جانا۔ جو بچیاں سسرال کو اپنا سب کچھ مان لیتی ہیں وہ پھر من

بشریٰ احمد

دل اس کو ڈھونڈتا تھا

یہ اس کی زندگی کا مشکل ترین فیصلہ تھا۔ حنان مجید سے رابطہ کا مطلب تھا کہ اپنی ذات کی دھجیاں خود بکھیر دی جائیں لیکن اسے اس پل صراط سے گزرنا تھا۔ پوری رات ایک ہی پوزیشن میں لیٹے سیاہ آسمان کو تکتے گزری تھی۔ کہیں کوئی آس کا دیا ٹمٹماتا نظر نہیں آرہا تھا۔ ابا کی آس بھری نظریں اس کے دل کے فیصلے کی راہ میں رکاوٹ تھیں۔ ابا کی خاطر اسے یہ سب کرنا ہی ہوگا۔

فجر کی اذان کے ساتھ ہی بستر چھوڑتے ہوئے

ناولٹ



اس نے دل و دماغ میں جاری جنگ سے نظر چراتے ہوئے حتمی فیصلہ کیا تھا۔ جائے نماز پر بیٹھی تو کتنی ہی دیر اپنی سونی ہتھیلیوں کو دیکھتی آنسو بہائے گئی۔ زندگی کتنے رنگ دکھا چکی تھی اور کتنے رنگ اس کے لیے ابھی اپنے دامن میں سمیٹے ہوئے تھی، یہ قیاس آرائی قبل از وقت تھی۔

☆☆☆

"مجھے حنان مجید سے ملنا ہے۔ حنان مجید میر سے۔" اس کا وزیٹنگ کارڈ تک تو تھا نہیں اس کے پاس۔ ہاں دفتر کی بلڈنگ وہی تھی، مجید انکل والی۔ ایڈریس بابا نے اسے اتنی اچھی طرح سمجھا دیا تھا کہ وہ بغیر کسی دقت کے اس وقت ریسپشن پر کھڑی تھی۔

"کس سلسلے میں؟" ریسپشنسٹ نے پیشہ ورانہ مسکراہٹ چہرے پر سجائی تھی۔

"پرسنل ایشو ہے۔" اس نے پیشانی پر آئے نمی کے قطرے ٹشو پیپر میں جذب کیے۔

"آپ کی اپائنٹمنٹ ہے ان کے ساتھ؟" لڑکی ایک دم سنجیدہ ہوئی تھی۔

"جی نہیں لیکن آپ انہیں بتا دیں کہ......" اس کے لبوں کی بات ادھوری رہ گئی۔ آفس کا دروازہ کھلا تھا اور اندر سے دو خوش پوش اور خوش مزاج افراد برآمد ہوئے۔ حنان مجید کو دیکھ کر اس کے دل کی دھڑکنیں ایک بار پھر منتشر ہوئی تھیں۔ "میں نے بہت بڑی غلطی کی ہے۔" اس کا بس چلتا تو وہیں کھڑے کھڑے غائب ہو کر اپنی اس غلطی کا ازالہ کر دیتی۔

زروا سکندر

گھر گرہستی

رات آنے والی شدید آندھی سے مٹی میں
اٹے پورے گھر کی صفائی دھلائی میں مصباح کے کئی
گھنٹے لگ گئے۔ باوجود تھکاوٹ کے اپنے گھر کو پھر



سے نکھرا چمکتا ہوا دیکھ کر اس کی ساری تکان دور ہوگئی۔ شہزاد اور بچوں کے گھر آنے کا وقت ہو چلا تھا لہٰذا اب اس کا رخ کچن کی طرف تھا جہاں ابھی دوپہر کے کھانے کی تیاری بھی کرنا تھی۔

ادرک لہسن کا پیسٹ اور فرائی پیاز تو پہلے سے ہی فریزر میں موجود تھے۔ انہیں سب مرچ مسالوں کے ساتھ ملا کر جلدی سے چکن بھونا، آخر میں دہی شامل کر کے اس نے جھٹ سے کوکر کا ڈھکن بھی بند کر دیا۔

دوسرے چولہے پر روٹیاں بنائیں۔ اس کے بعد سلاد بھی کاٹ لیا۔ یوں آدھے گھنٹے میں کھانا تیار تھا۔

شہزاد جس وقت بچوں کو لے کر گھر میں داخل ہوا وہ کھانا میز پر بھی لگا چکی تھی۔

''مصباح یار! بڑی بھوک لگی ہے بس جلدی سے کھانا کھلا دو۔'' وہ آتے ہی بولا۔

''سب کچھ تیار ہے بس آپ فریش ہو کر آجائیں۔'' بچوں کا یونیفارم تبدیل کراتی مصباح نے مسکرا کر کہا۔

''ویسے پکایا کیا ہے؟''

وہ وہیں واش بیسن کے پاس کھڑے پوچھنے لگا۔

''آپ کی پسندیدہ دال ماش اور چکن۔''

''یاہو۔'' بیوی کا جواب سنتے ہی خوشی سے باغ باغ شہزاد نے تولیہ بیڈ پر اچھالا اور فوراً سے کھانے کی میز پر آبیٹھا۔

ڈونگے کا ڈھکن اٹھا کر بے تابی سے اپنی من پسند ڈش کی خوشبو جو محسوس کرنا چاہی مگر سالن پر نظر پڑتے ہی اسے یہ ساری خوشی کہیں اڑن چھو ہوتی نظر آئی۔

کوکر میں کچھ ٹائم اوپر ہو جانے کے باعث دال کا ملغوبہ بن چکا تھا اور ریشہ ریشہ بکھری پانی میں تیرتی مرغی کی بوٹیاں اپنی بربادی پر نوحہ کناں تھیں۔ جلدی اور بھاگ دوڑ میں پکائی اس ہنڈیا کو اگرچہ مصباح نے ہرے مسالے یعنی دھنیے، ادرک اور ہری مرچوں کی گارنش سے حتی الوسع خوش نما بنانے کی کوشش ضرور کی تھی۔

اب کرتا بھی کیا۔ جی کڑا کر کے کھانا شروع کیا لیکن ایک آدھ پھلکا کھا کر اٹھنے کی ہی کی۔ باپ کی دیکھا دیکھی دس سالہ حسن نے بھی کھانے سے ہاتھ روک لیے۔

''بیٹا! کھانا بیچ میں چھوڑ کر کیوں اٹھ رہے ہو؟'' مصباح فکرمندی سے پوچھنے لگی۔

''مجھ سے نہیں کھایا جا رہا ماما! ایسا عجیب سا کھانا۔'' منہ بسورتے حسن نے جواب دیا۔

''بہت بری بات ہے بیٹا! کھانے کو کبھی بھی ایسا نہیں کہتے، اللہ تعالیٰ ناراض ہوتا ہے۔''

کھانے کے بعد عادتاً فریج میں پھل یا کچھ میٹھا وغیرہ تلاش کرتے شہزاد نے بیٹے کو سمجھانا چاہا تو وہ سوری بول کر اندر چلا گیا۔

حسن سے چھوٹی مریم اس دوران ماں کی خوشی اور اس کا دل رکھنے کی خاطر پانی کے گھونٹ کے ساتھ ہر نوالہ اپنے حلق میں یوں اتارے جا رہی تھی کہ نگلنے کی اس کوشش میں اس کی آنکھیں ہی باہر کو ابلی پڑی تھیں۔

بٹی کو ایسی کیفیت میں مبتلا دیکھ کر شہزاد کے لیے اپنی ہنسی کو کنٹرول کرنا ہی مشکل ہو گیا۔ اسے بے اختیار ہنستے دیکھ کر مصباح برا مان گئی۔

''ایک تو میں کچھ بھی پکا لوں، یہاں کسی کو پسند ہی نہیں آتا جس گھر میں سب لوگوں کے اس قدر نخرے ہوں گے وہاں میری دال کہاں گلنی ہے۔''

''اب یہ بات مت کرو مائی ڈیئر وائف۔''

بیوی کے شکوہ کرنے پر شہزاد کی رگ ظرافت پھڑکی۔

''یہاں ایک آپ کی ہی تو دال گلتی ہے اور بے تحاشا گل جاتی ہے پھر یہ ملغوبہ مجبوراً ہم غریبوں کو ہی

نعیمہ ناز

باقی آئندہ

ہینڈز فری کانوں میں گھسیڑے، صوفے پر نیم دراز، دونوں پیر شیشے کی میز پر رکھے تھے، آنکھیں بند کیے وہ سر ہلا ہلا کر اپنی پسند کی موسیقی انجوائے کر رہی تھی۔

ذرا دور بیٹھی سبزی بناتی فاطمہ جہاں نے اس کی طرف دیکھتے ہوئے کچھ کہنے کا ارادہ کیا مگر پھر خود ہی اپنا ارادہ ملتوی کر کے ایک گہری سانس لے کر رہ گئیں۔ اپنی بات کے جواب اور متوقع ردعمل کا اندازہ تھا انہیں، پھر اپنی حیثیت اور اوقات بھی اچھی طرح معلوم تھی جو انہیں بار بار جتائی جاتی تھی۔

وہ خاموشی سے سبزی اٹھا کر کچن میں لے گئیں اور اسے بگھارنے کا مسالہ تیار کرنے لگیں۔ ان کی کمر میں شدید تکلیف تھی، کھڑا ہونا محال ہو رہا تھا، ڈاکٹر کی تشخیص کے مطابق پٹھوں کا کھچاؤ ہے، کچھ دن دوائی کھا کر انہوں نے وہ بھی چھوڑ دی اور اب تکلیف دوبارہ عود کر آئی تھی اور کچھ زیادہ ہی شدت اختیار کر رہی تھی۔ جیسے تیسے انہوں نے بھنڈی بگھار کر دم پہ رکھی اور برتنوں سے بھرے سنک پر ایک حسرت بھری نگاہ ڈالی۔

ان کی بیٹی اگر بخار میں پھنک نہیں رہی ہوتی تو برتنوں کا یہ ڈھیر سنک کے بجائے دھل دھلا کر ریک میں مقیم ہوتا۔ مگر دونوں ماں بیٹی کی بیماری اور تکلیف نے گھر کے کئی دوسرے کام بھی چوپٹ کر رکھے تھے، اشد ضروری کام تھے جو وہ مجبوری میں کر رہی تھیں۔

درد کی شدت سے ان کی کمر دوہری ہو رہی تھی، پھر بھی اپنی تکلیف کو برداشت کرتے ہوئے وہ سنک کے آگے کھڑی ہو گئیں اور برتن دھونے لگیں۔

''کل رات کے برتن اب دھل رہے ہیں؟''

مکمل ناول

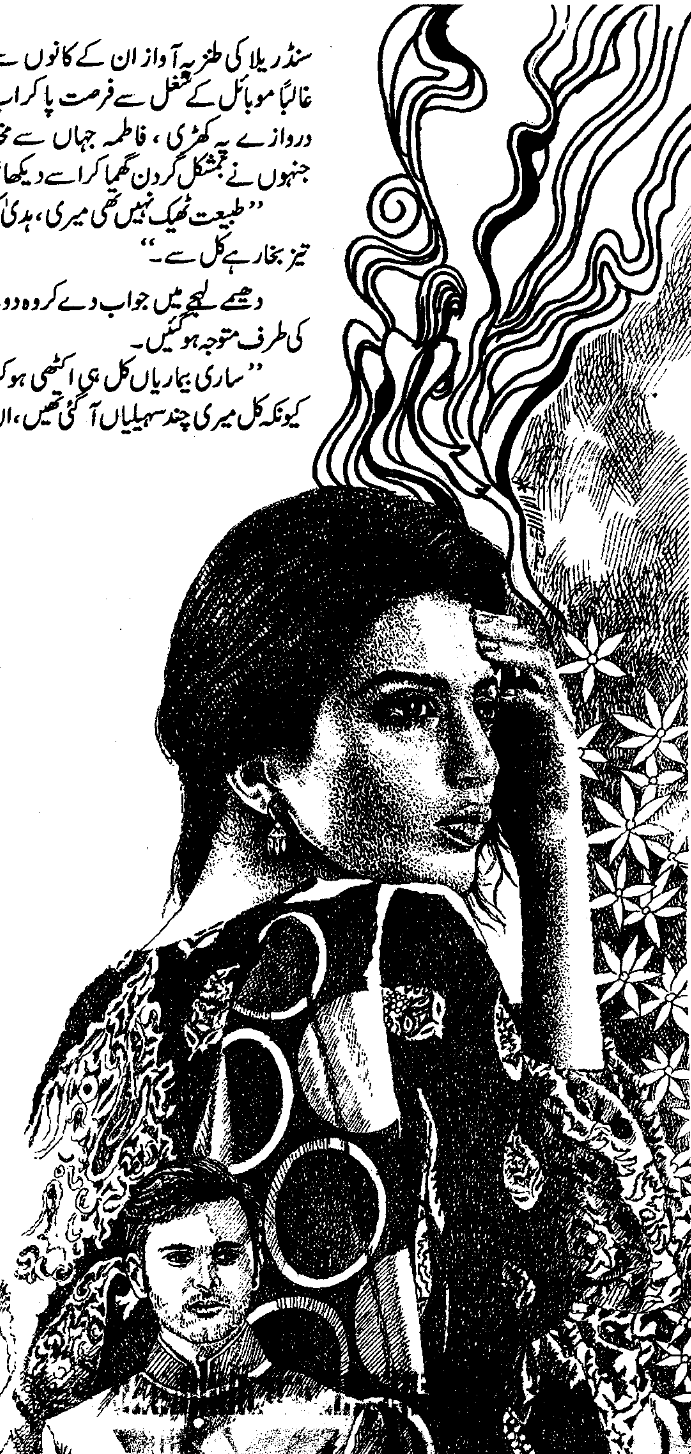


سنڈریلا کی طنزیہ آواز ان کے کانوں سے ٹکرائی جو غالباً موبائل کے شغل سے فرصت پا کر اب کچن کے دروازے پہ کھڑی، فاطمہ جہاں سے مخاطب تھی، جنہوں نے بمشکل گردن گھما کر اسے دیکھا تھا۔

''طبیعت ٹھیک نہیں تھی میری، ہدیٰ کو بھی بہت تیز بخار ہے کل سے۔''

دھیمے لہجے میں جواب دے کر وہ دوبارہ برتنوں کی طرف متوجہ ہو گئیں۔

''ساری بیماریاں کل ہی اکٹھی ہو کر آ گئیں؟ کیونکہ کل میری چند سہیلیاں آ گئی تھیں، ان کے لیے



نادیہ احمد

شام ڈھلے

"جنت آپی! جنت آپی کہاں ہیں آپ؟"
شہرینہ کی آواز بنا لاؤڈ اسپیکر بھی اس کے کانوں تک انتہائی صاف پہنچ رہی تھی۔

"اُف سارا گھر ڈھونڈ لیا اور آپ یہاں چھپی ہیں۔" کچن کے دروازے سے داخل ہوتے اس نے ماتھے پہ ہاتھ مارتے اسے مخاطب کیا۔ جنت پہلے ہی اس کی پکار سن کر ہنسی دبائے اپنے کام میں مگن تھی۔ جانتی تھی، ابھی چند لمحوں میں وہ اسے ڈھونڈتی کچن تک آجائے گی اور وہی ہوا تھا۔

"کیا بات ہے شہرینہ! کیوں اتنا شور مچا رکھا ہے۔ سب خیریت تو ہے ناں؟" چاولوں کی دیگچی سے گرم پانی سنک میں انڈیلتے اس نے نرمی سے سوال کیا، البتہ سارا دھیان اس وقت کام کی طرف تھا۔

"ہاں ہاں۔ سب خیریت ہے۔ آپ کو پتا ہے ناں۔ آج عالیہ کی مہندی اور مایوں ہے۔" شہرینہ مطمئن سے انداز میں کہتی اس کے پاس کچن کاؤنٹر پہ آکر بیٹھ گئی۔

"ایک ہفتے سے جس زور و شور سے تم اس کی شادی کی تیاریاں کر رہی ہو۔ مجھے کیا پوری کالونی کو پتا چل چکا ہوگا۔" جنت نے ہنستے ہوئے شہرینہ کو چڑایا۔

"عالیہ میری بیسٹ فرینڈ ہے اور آپ اندازہ نہیں کرسکتیں، میں کتنا ایکسائیٹڈ ہوں اس کی شادی کو لے کر جنت آپی۔ بس صرف ایک دکھ ہے۔ کاش وہ اپنی اسٹڈیز بھی پوری کر پاتی۔ اس کے بغیر کالج

مکمل ناول



نمرہ احمد

حالم

یہ اعتراف کا وہ بے خوف مقام تھا جہاں وان فاتح کو کچھ کھونے کا ڈر نہیں تھا۔

لمحے بھر کو وہاں سناٹا چھا گیا۔

"تالیہ نے میرے لیے خود کو غیر محفوظ کر دیا۔ تم تصور کرو کہ اس کو محفوظ کرنے کے لیے میں کس حد تک جا سکتا ہوں۔"

دولت کے کندھے سیدھے ہوئے۔ اس نے چونک کے فاتح کو دیکھا جو اپنی بات کہہ کے' اس کو برہم نظروں سے دیکھ کے اب باہر کی طرف بڑھ گیا تھا۔

(تو وہ اپنی بات کر رہا تھا؟ مگر اس کی تو بیوی بھی ہے۔ بچے بھی ہیں۔ یا شاید تالیہ درست کہہ رہی تھی۔ تفتیش کے دوران اس نے احمد نظام سے کہا تھا کہ وہ وان فاتح کی بیوی ہے۔ اف یہ ورک پلیس کی محبتیں اور افیئرز۔)

دولت نے افسوس سے ماتھے کو چھوا۔ وہ نہیں جانتا تھا کہ زندگی اتنی بلیک اینڈ وائٹ نہیں ہوتی۔

☆☆☆

اُنتیسویں قسط (۲)



ثمینہ فرحان

میں ہی اور تم



ناولٹ

”او بھائی بس تو انکار کر دے، اگر تو کسی بھی طرح ایک نارمل زندگی جینا چاہتا ہے تو... ٹھیک ہے پھر تو خود ذمےدار ہے... پھر نہ کہنا کسی نے مجھے بتایا نہیں... یار میں خود اپنی آنکھوں سے دیکھ کر آرہا ہوں۔ بھائی! وہ لڑکی نہیں ہے۔ بلکہ انسان بھی ہے کہ نہیں... یار میں سچ کہہ رہا ہوں... میں تو کل سے اس کے اثر سے ہی نکل نہیں پا رہا۔“ میں ٹائی باندھتا ہینڈ فری لگائے جلدی جلدی بول رہا تھا۔

”اوہ یار امپریس والا اثر نہیں۔“ میں نے ایک نظر آئینہ میں خود کو دیکھا۔ ”جن بھوت والا اثر مجھے تو یقین نہیں آرہا کہ یہ لڑکی - ممی نے تیرے لیے پسند کی ہے... ڈاکٹر۔“ گرم چائے نے میرے ہونٹ جلا دیے۔

”بھائی! ڈاکٹری کا اچار ڈالنا ہے۔ اس کو تو خود اپنے علاج کی ضرورت ہے۔ دیکھ میں تجھے تفصیل سے رات میں فون کروں گا... ہاں تو اٹھ جانا نا پیارے ۔اس سے پہلے کہ تیری قسمت ہمیشہ ہمیشہ کے لیے سو جائے تو صبح ذرا جلدی اٹھ جانا۔“

واقعی میں نے اپنی پوری زندگی میں ایسا نمونہ نہیں دیکھا تھا۔ ان موصوفہ سے ملنے کے بعد میرے دماغ پہ یکے بعد دیگرے جو گولہ باری اس بیس منٹ کی ملاقات میں ہوئی تھی۔ میں ابھی تک اس کے اثر سے نکل ہی نہیں پا رہا تھا گاڑی چلاتے ہوئے بھی میں مسلسل اسی کے بارے میں سوچتا رہا۔

میں تین دن پہلے اپنی اکلوتی چھوٹی بہن کی شادی میں شرکت کرنے نیویارک سے آیا تھا۔ دانش مجھ سے تین سال چھوٹا بھائی اپنے ایم بی اے کے لاسٹ سمسٹر کی وجہ سے نہیں آسکا تھا۔ پانچ ماہ پہلے زینی کے نکاح پر دانی پاکستان آیا تھا جبکہ میں بزنس کی مصروفیات کی وجہ سے نہ آسکا تھا اور ایسا اکثر ہی ہوتا تھا۔

ہم دونوں کو ایک ساتھ پاکستان آنا بہت مشکل سے ہی نصیب ہوتا تھا۔

میں گزشتہ پانچ سالوں سے نیویارک میں مقیم تھا پاپا اور تایا ابو کا امپورٹ ایکسپورٹ کا بزنس تھا جس میں میرے دونوں تایا زاد بھائی ولید اور فہد بھی شامل ہو چکے تھے۔ جبکہ میں ایم بی اے کرنے کے بعد نیویارک میں ایک عدد برانچ کھول چکا تھا۔ لاہور میں تایا ابو کی فیملی اور ہم ساتھ ہی رہتے تھے۔ مشترکہ خاندانی نظام تو نہیں تھا۔ ہمارے الگ الگ پورشنز تھے۔ پر لان مشترک ہونے کی وجہ سے دونوں گھروں میں آنا جانا لگا رہتا تھا۔ دانی کے نیویارک آنے سے مجھے بہت سہارا ہو گیا تھا گو وہ اپنے ماسٹرز کی اسٹڈیز کے باعث کم ہی وقت دے پاتا تھا۔ خیر پڑھائی کے علاوہ اس کی دیگر مصروفیات بھی کافی تھیں اور اب مجھے اپنے آپ پہ بھی غصہ آرہا تھا جو اس بے چارے کے ہر بریک اپ اور پیچ اپ کی خبریں ممی کے گوش گزار کرتا رہا تھا۔ مگر مجھے کیا خبر تھی کہ ممی جلد بازی میں ایسا نمونہ ڈھونڈیں گی اسے باندھنے کے لیے...

دو ماہ پہلے کسی خاندانی تقریب کی چند تصاویر واٹس اپ پہ بھیجتے ہوئے مما نے اپنی کزن کی بیٹی کے بارے میں دانی کی رائے جاننی چاہی اور مجھے یہ بھی نہیں معلوم کہ اس غریب نے کیا دیکھ کر اور کیا سوچ کر اس پاگل کے لیے ہاں کر دی! صد شکر جو میں پہلے ہی اپنے لیے ممی کو منع کر چکا تھا کہ میرے لیے کوئی حسینہ ماہ جبینہ ٹائپ کی لڑکی نہ ڈھونڈیے گا مجھے شکل سے زیادہ شخصیت متاثر کرتی ہے۔

ممی کی کزن سائرہ آنٹی کی تین سال پہلے کینسر کی وجہ سے وفات ہو گئی تھی۔ مما ہی کے مشورے پہ آنٹی کی زندگی ہی میں ان کی فیملی اسلام آباد سے لاہور شفٹ ہو گئی تھی۔ ممی میں ویسے بھی خدمت خلق کا جذبہ دوسروں کی نسبت کچھ زیادہ ہی ہے۔ اسی وجہ سے آنٹی کی وفات کے بعد سے ان کی دونوں بیٹیوں کی ذمہ داری ممی بخوشی اٹھا رہی تھیں۔ بات اگر اس کی چھوٹی بہن کی ہوتی تو میں بھی شاید خوش ہی ہوتا۔

میں کل ہی اس سے ملا تھا۔ کیونکہ شادی میں تھوڑے ہی دن رہ گئے تھے۔ اس لیے ہر روز ہی ڈھولکی اور ہلا گلا لگا رہتا تھا۔ شام میں وہ بھی آئی ہوئی تھی۔ اچھی سلجھی ہوئی لڑکی لگ رہی تھی۔ شاید خوب



لکھا تھا۔

"زویا چندے آفتاب اور چندے ماہتاب تو ہرگز نہیں پر دلکش اور سلیقے طریقے والی ضرور ہے۔ والدین بھی نجیب الطرفین ہیں۔"

کچھ طنزیہ، کچھ ناگوار سا تاثر ان کے چہرے پر بکھرا اور وہ جل کر بولی تھیں۔

"لو یہ تو جیسے اُن کا جدّی پشتی وہ گوانڈی تھا جو ایک دوسرے کے پوٹڑوں تک کے جان کار ہوتے ہیں۔ نجیب الطرفین......" نہ گئی اس کی یہ بھاری بھرکم بوجھل الفاظ استعمال کرنے کی فضول عادت۔ پوچھے کوئی مطلب بھی آتا ہے تمہیں اس کا۔ بس فضول کی علیت بھگارنی ہے۔"

"عفت! تم آگے چلو۔ تبصرے بعد میں کرنا۔"

کمرے میں موجود عباس کی تیز آواز گونجی تھی۔

"سن 1926 میں گورداسپور سے زویا کے دادا اپنے بال بچوں اور بھائی کے ساتھ یہاں کیپ ٹاؤن آئے تھے۔ زویا کی ساری اسکولنگ اور تعلیم لندن میں ہوئی ہے، بڑا بھائی اور چچا چچی وہاں تھے۔

سلمیٰ اعوان

ہیروں کے تاجر

کاروباری لوگ ہیں۔ اس وقت ہیروں کے بڑے کاروباری شخصیات میں شمار ہوتے ہیں۔ دنیا میں نایاب اور قیمتی ہیروں کی سپلائی کے لیے یہ خاندان بڑی شہرت کا حامل ہے۔"

اب پڑھنا پھر رُک گیا تھا۔ ساتھ فٹ نوٹس بھی شروع ہوگئے تھے۔

"دیکھو تو ذرا ہیروں پر کتنا زور ہے؟ شودا کہیں کا۔ آئے ہائے یہ بچپن سے ہی ایسا تھا۔ مرعوب ہونے والا۔ اجنبیوں کے گورے رنگ سے متاثر ہوجاتا اور سوال جواب شروع کہ آپ لوگ اتنے حسین ہیں یقیناً بہت امیر ہوں گے۔ یاد ہے نا تمہیں؟"

"لمحے بھر کو توقف ہوا تھا"۔ ایک بار جب ہم ٹرین سے کوئٹہ جا رہے تھے۔ سبی سے گاڑی میں سوار ہونے والی فیملی کے پاس پُھدک کر ملنے چلا گیا۔ اور سوالات کرنے شروع کر دیے تھے۔ انہیں بھی سات



تھوڑا لکھا اور زیادہ چھوڑ دیا
آنے والوں کے لیے رستہ چھوڑ دیا

لڑکیاں عشق میں کتنی پاگل ہوتی ہیں
فون بجا اور چولہا جلتا چھوڑ دیا

بس کانوں پر ہاتھ رکھے تھے تھوڑی دیر
اور پھر اس آواز نے پیچھا چھوڑ دیا

روز اک پتا مجھ میں آگرتا ہے
جب سے میں نے باغ میں جانا چھوڑ دیا

تم کیا جانو اس دریا پر کیا گزری
تم نے تو بس پانی بھرنا چھوڑ دیا

تہذیب حافی

نہ سہی اور پر اتنی تو عنایت کرتے
اپنے مہمان کو ہنستے ہوئے رخصت کرتے

مبہم الفاظ میں ہم نے تجھے کیا لکھا ہے
تو اگر رو برو آتا تو وضاحت کرتے

ہم نے غم کو بھی محبت کا تسلسل جانا
ہم کوئی تم تھے کہ دنیا سے شکایت کرتے

ہم نے سوکھی ہوئی شاخوں پہ لہو چھڑکا تھا
پھول اگر اب بھی نہ کھلتے تو قیامت کرتے

کی محبت تو سیاست کا چلن چھوڑ دیا
ہم اگر پیار نہ کرتے تو حکومت کرتے

کتنے دن ہو گئے خاموش ہو تم خیر تو ہے
وقت ملتا تو ذرا فون پہ زحمت کرتے

رتجگے ایسے کہ بکھرا گئیں آنکھیں منہاس
آنکھ لگتی تو کسی خواب کی حسرت کرتے

ڈاکٹر علی ظہیر منہاس

شگفتہ جاہ

رنگا رنگ پھول

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا،

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا۔
"تم میں سے زیادہ بہتر لوگ وہ ہیں جو اچھے طریقے سے قرض ادا کرتے ہیں۔"

(ابن ماجہ)

فوائد ومسائل،

- ضرورت کے وقت قرض لینا جائز ہے۔ اچھے طریقے سے ادائیگی کا مطلب یہ ہے کہ بروقت ادائیگی کی جائے۔
- جیسی چیز لی ہو، اس سے بہتر ادا کرنا بھی حسن اخلاق میں شامل ہے لیکن اگر یہ پہلے سے طے ہو اور قرض خواہ اس کا مطالبہ کرے تو یہ سود ہے تو یہ بہت بڑا گناہ ہے۔
- قرض ادا کرتے وقت قرض خواہ کو دعائیں دینا اور اس کا شکریہ ادا کرنا بھی اچھے طریقے سے ادائیگی میں شامل ہے۔

باپ،

ایک نوجوان کہتا ہے۔
"میرا کسی بات پر اپنے والد سے کچھ اختلاف ہوا کہ ہماری آوازیں بھی اونچی ہو گئیں۔ میرے ہاتھ میں کچھ درسی کاغذات تھے جو میں نے غصے میں ان کے سامنے میز پر پٹخے اور دروازہ دھڑام سے بند کرتے ہوئے اپنے کمرے میں آگیا۔

بستر پر گر کر، ہونے والی اس بحث پر ایسا دماغ الجھا کہ نیند ہی اڑ گئی۔ صبح یونیورسٹی گیا تو بھی دماغ کل والے واقعے پر اٹکا رہا۔ ندامت اور خجالت کے مارے دوپہر تک صبر جواب دے گیا۔ میں نے موبائل نکالا اور اپنے آبا جی کو یوں پیغام بھیجا۔
"میں نے کہاوت سن رکھی ہے کہ پاؤں کا تلوا پاؤں کے اوپر کے حصے سے زیادہ نرم ہوتا ہے، گھر آرہا ہوں، قدم بوسی کرنے دیجیے گا تاکہ کہاوت کی تصدیق ہو سکے۔"
میں جب گھر پہنچا تو آبا جی صحن میں کھڑے میرا انتظار کر رہے تھے۔ اپنی نمناک آنکھوں سے مجھے گلے سے لگایا اور کہا۔
"قدم بوسی کی تو میں تمہیں اجازت نہیں دیتا، تاہم کہاوت بالکل سچی ہے کیونکہ جب تم چھوٹے سے تھے تو میں خود جب تمہارے پاؤں چوما کرتا تھا تو مجھے پاؤں کے تلوے اوپر والے حصے سے زیادہ نرم لگا کرتے تھے۔"

یہ سن کر رونے کی اب میری باری تھی۔
(لیے از حکایات شیخ علی الطنطاویؒ)

قدیم مصر کی کہاوتیں،

فرعون کے زمانے کی ضرب المثل اور کہاوتیں جو مصریوں کی قدیم تہذیب کی ادبی اور ذہنی ترقی کا ثبوت ہیں۔

- مال دار بننے کی فکر نہ کرو۔ کیونکہ دولت ہنس کی طرح پر رکھتی ہے اور جب چاہتی ہے اُڑ جاتی ہے۔
- زبردست سے مقابلہ پڑے تو نہ لڑو کیونکہ جیت نہ سکو گے۔ مفت میں نئی مصیبتیں سامنے آجائیں گی۔
- مقدمہ لڑو تو غصے سے نہیں، عقل سے کام لو۔
- گالیاں دینے والے کا سب سے اچھا جواب خاموشی ہے۔
- سب سے اچھا وہ ہے جو کسی جھگڑے میں نہیں۔

اقصیٰ ناصر۔ کراچی

خالدہ جیلانی

میری بیاض سے

نخبہ اکرم ___ گاؤں گولیکی

ایسا تو خواب میں بھی نہیں سوچنا کبھی
میں اور تیرے ہجر میں گریہ کروں گا میں
اب یاد رکھ کہ تجھ سے توقع نہیں کوئی
اب بھول جا کہ تجھ پر بھروسا کروں گا میں

آسیہ جاوید ___ علی پور چٹھہ

آؤ آواز اُٹھاتے ہوئے مارے جائیں
رقص کرتے ہوئے، گاتے ہوئے مارے جائیں
ہم جو لب بستہ رہے، قتل تو پھر بھی ہوں گے
نام قاتل کا بتاتے ہوئے مارے جائیں

نادیہ یاسر ___ کراچی

وہی بے ربط یا ملنے، وہی فنکاریاں اس کی
بڑا بے چین کرتی ہیں تعلق داریاں اس کی
محبت کر کے بھی اس شخص نے بدلی نہیں عادت
نہ اچھی رنجشیں اس کی، نہ اچھی یاریاں اس کی

بینش شفیع ___ دبئی

ہم وادیٔ برف کے مسافر ہیں
آگ سینوں میں جلا کر چلتے ہیں
ہم نہ یوسف ہیں نہ وہ زلیخا
پھر بھی اپنے دامن کو بچا کر چلتے ہیں

فوزیہ ثمر ___ گجرات

سوچوں کے بند ہیں جو دریچے وہ کھول دو
تازہ ہوا کے ساتھ اُجالا بھی آئے گا
اس دورِ مصلحت نے مجھے کھو دیا مگر
اک عہد مجھ کو ڈھونڈنے والا بھی آئے گا

صائمہ جبی ___ کراچی

ہے بددعا سے بھی بدتر دعائے عمر دراز
اس ایک شخص کو جسے جینے کی آس نہ ہو
تصورِ کھیل نہیں ہے شعورِ ذات و صفات
خدا شناس کہاں وہ جو خود شناس نہ ہو

نمرہ، اقرأ ___ کراچی

وہ جس کا ضبط رہا اونچے پربتوں کی طرح
کسے خبر تھی کہ روئے گا بادلوں کی طرح
یہ سیپیاں یادوں کی جو دل میں سنبھال رکھی ہیں
بکھر گئیں میری پلکوں پہ موتیوں کی طرح

اقصیٰ ناصر ___ گلستان جوہر

ہے رنج کیسا یہ بے گانگی کا مت پوچھو
اک آسرا تھا، بھرم تھا سو وہ بھی ٹوٹ گیا

فریال منصور ___ اسلام آباد

اپنی باتوں میں کسی اور کے حوالے رکھنا
مجھ سے بچھڑے ہو ذرا خود کو سنبھالے رکھنا
لوگ پوچھیں گے کہ کیوں پریشان ہوا
نام سے تجھ بھی کہو ہونٹوں پہ تالے رکھنا

گڑیا ___ کورنگی

تعلقات کے نامعتبر حوالوں میں
تمام عمر کا اک رابطہ ضروری ہے

شمع الیاس ___ ماڈل کالونی

یہ کس غم سے محبت ہو گئی ہے
غمِ دنیا سے فرصت ہو گئی ہے
اگر دو دل کہیں بھی مل گئے ہیں
زمانے کو شکایت ہو گئی ہے

حنا مذاق ___ ساہیوال

لوٹ آئے نہ کسی روز وہ آوارہ مزاج
کھول رکھتے ہیں اسی آس پہ در شام کے بعد

نفیسہ خالد ___ پنڈ دادنخان

موجوں کا تلاطم کہیں آواز نہ سن لے
خاموش کناروں سے میرا ذکر نہ کرنا

آجاؤں کی ڈائری

واصفہ سہیل کی ڈائری سے

کئی سال پہلے اپنی ڈائری میں لکھی یہ نظم مجھے بہت پسند ہے۔ جسے اکثر لوگ فیض احمد فیض کے نام سے جانتے ہیں لیکن دراصل یہ احمد نوید کی غزل ہے جو انہوں نے چار اپریل کو ذوالفقار علی بھٹو کی پھانسی کے موقع پر لکھی اور اپنے دوستوں کو سنائی تھی۔ بقول احمد نوید مشہور وکیل حسن حمیدی اخبار میں چھپوانے کا کہہ کر نظم لے کر چلے گئے اور اگلی صبح مساوات اخبار میں یہ نظم فیض احمد فیض کے نام سے چھپی۔ ان کے دوستوں نے ان سے کہا کہ وہ اپنے حق کے لیے آواز اٹھائیں۔ لیکن احمد نوید کے لیے یہ بڑی خوشی کی بات تھی کہ ان کی نظم فیض احمد فیض کے نام سے پہچانی جا رہی تھی لیکن اب یہ غلط فہمی دور ہو چکی ہے اور یہ نظم احمد نوید کے نام سے ہی جانی جاتی ہے۔

کبھی تو سوچنا تم نے یہ کیا کیا لوگو
یہ کس کو تم نے سرِ دار کھو دیا لوگو

ہوائے بغض و خباثت چلی تو اپنے ساتھ
اڑا کے لے گئی انصاف کی قبا لوگو!

دیا تھا صبح مسرت نے اک چراغ ہمیں
اسی کو تم نے سرِ شام کھو دیا لوگو

مسافتوں کے سوا ان کو کچھ نہیں ملتا
سفر میں ساتھ نہ ہو جن کے رہنما لوگو

سلا دیا جسے زنداں میں تم نے موت کی نیند
جگا نے گی اسے حالات کی صدا لوگو!

حمزہ، اقراء کی ڈائری سے

جرمن شاعرہ بائلڈ ڈومن کی یہ نظم ایک دوست نے بھیجی۔ قارئین کی نذر کر رہی ہوں۔

جب تم اپنے گدھے کو سجانے کے لیے
ہمارے پر کاٹ رہے تھے
اور ہماری آنے والی نسلوں کو
اپنے بھیانک منصوبوں کی بھینٹ چڑھا رہے تھے
عین اسی وقت تم برے وقت کو بھول گئے
کیونکہ وقت تم سے کہیں بڑا عیار اور سفاک ہے
تم بھول رہے تھے آنے والے خطروں کو
صرف بلندی سے دیکھا جا سکتا ہے
اور گدھوں کو پر لگانے سے
وہ دور تک دیکھنے کے قابل نہیں ہو جاتے

ماریہ سید واجد علی کی ڈائری سے

منظر بھوپالی کی اس غزل میں باطل قوتوں کو للکارا گیا ہے۔ کشمیر میں بھارتی فوج جو مظالم ڈھا رہی ہے۔ اس تناظر میں یہ کشمیری عوام کی آواز ہے۔

طاقتیں تمہاری ہیں اور خدا ہمارا ہے
عکس پر نہ اتراؤ، آئینہ ہمارا ہے

آپ کی غلامی کا بوجھ ہم نہ ڈھوئیں گے
آبرو سے مرنے کا فیصلہ ہمارا ہے

عمر بھر تو کوئی بھی جنگ لڑ نہیں سکتا
تم بھی ٹوٹ جاؤ گے، تجربہ ہمارا ہے

اپنی رہنمائی پر، اب غرور مت کرنا
آپ سے بہت آگے، نقشِ پا ہمارا ہے

غیرت جہاد اپنی، زخم کھا کے جاگے گی
پہلا وار تم کر لو، دوسرا ہمارا ہے

آپ کا باورچی خانہ

شازیہ الطاف ہاشمی

س: کھانا پکاتے ہوئے آپ کن باتوں کا خیال رکھتی ہیں؟ پسند ناپسند، غذائیت، گھر والوں کی صحت؟

ج: کھانا پکاتے وقت پسند کا خیال تو رکھتی ہی ہوں مگر ساتھ ساتھ غذائیت کا بھی خاص خیال رکھتی ہوں۔ کھانا سادہ سے سادہ اور مزے دار ترین بنانے کی کوشش ہوتی ہے۔ کبھی پلاؤ، کبھی چکن قورمہ، کبھی سبزی حلوہ...... سب کبھی نہ کبھی مزے کا بن ہی جاتا ہے۔ پلاؤ میں سب سے اچھا بناتی ہوں اور اس کی دور دور تک دھوم مچی ہوئی ہے (سچ کہہ رہی ہوں) سب میرے ہاتھ کے بنے پلاؤ کی تعریف کرتے ہیں اور الطاف بھی اکثر ہی پلاؤ فرمائش کرکے بنواتے ہیں اور میں دوستوں سہیلیوں کو بھی پلاؤ بھیجتی رہتی ہوں۔ ویسے کھانا ہمیشہ وہ اچھا ہوتا ہے جو صحت کے ساتھ ساتھ دل بھی خوش کردے۔ گھر میں کھانا میں اپنی مرضی کا پکاتی ہوں جو پکادوں سب کھالیتے ہیں۔

س: گھر میں اچانک مہمان آگئے ہیں، کھانے کا وقت ہے، کسی ایسی ڈش کا نام بتائیں جو فوری تیار کرکے مہمانوں کی تواضع کرسکیں؟

ج: اچانک مہمان آگئے ہیں تو فریج کھولیں اور ٹھنڈی ٹھار۔ ڈرنک پیش کریں اور پھر فریزر سے گوشت کا پیکٹ برآمد کریں۔ میں پیاز براؤن کرکے فریز کرلیتی ہوں، باقی ادرک لہسن تازہ کوٹ لیں۔ ایک چولہے پر چکن قورمہ اور دوسرے پر پھلکے بنانا شروع کردیں یا پلاؤ بھی بن سکتا ہے ویسے مہمانوں کو بتا کر آنا چاہیے اگر بتائے بغیر بھی آئیں تو چل جائے گا۔

س: کچن عورت کی سلیقہ مندی کا آئینہ دار ہوتا ہے۔ آپ کچن کی صفائی کے لیے کیا خصوصی اہتمام کرتی ہیں؟

ج: جہاں کھانا پکتا ہے وہیں اگر گندگی کے ڈھیر ہوں گے، بے ترتیبی ہوگی تو کیڑے، کاکروچوں کی جنت بن جائے گا۔ میں ہاتھ کے ہاتھ صفائی کرتی جاتی ہوں اور روزانہ اچھی طرح پونچھا لگا کر رگڑ رگڑ کے فرش صاف کرکے سلیقے سے برتن سیٹ کرتی ہوں، پھر کھانا بناتی ہوں اور ساتھ ساتھ گند ڈسٹ بن میں ڈالتی جاتی ہوں۔

س: صبح کا ناشتہ بہت اہمیت رکھتا ہے۔ آپ ناشتے میں کیا بناتی ہیں، ایسی خصوصی چیز کی ترکیب جو آپ اچھی بناتی ہوں؟

ج: صبح کا ناشتہ رات کا بچا ہوا سالن اور صبح کے پراٹھے۔ نہاری پائے وغیرہ پہلے بہت منگواتی تھی مگر اب جب سے گوشت کے بارے میں طرح طرح کی باتیں سنی ہیں، چھوڑ دیا ہے۔ اب صرف گھر کا سالن اور گھر کے بنے پراٹھے، پوریاں، کچوریاں وغیرہ کبھی نہیں بنائیں کیونکہ مجھے زیادہ آئلی کھانے پسند نہیں ہیں اور یہ صحت کے لیے بھی اچھے نہیں ہیں اس لیے ان سے دور رہتی ہوں اور گھر والوں کو بھی نہیں کھانے دیتی۔

س: گھر سے باہر کھانا کھانا فیشن بنتا جارہا ہے، آپ مہینے میں کتنی بار باہر کھانا کھانے جاتی ہیں؟

ج: مہینے میں بہت بار۔ ایک اچھے ریسٹورنٹ سے چکن اور روٹیاں لاتے ہیں، ایک بار تنخواہ آتی ہے تب چکن پیس وغیرہ منگواتی ہوں پھر اکثر جب دل چاہے لے لیتے ہیں۔ چکن کڑاہی، چکن تکہ اور چکن پیس میں اور بچے شوق سے کھاتے ہیں اور میاں جی لادیتے ہیں۔ پہلے ہوٹل پہ کھانا کھاتے تھے مگر میرے ان کو اچھا نہیں لگتا کہ میں کھانا باہر کھاؤں اس لیے یہ عادت چھوڑنا پڑی۔ مجھے باہر کے کھانے بہت اچھے

موسم کے پکوان

خالدہ جیلانی

کوفتہ اسپیشل ساس

ضروری اشیاء

مٹن قیمہ (روکھا)	آدھا کلو
ادرک	ایک چائے کا چمچہ
لہسن	ایک چائے کا چمچہ
گرم مسالا	ایک چائے کا چمچہ
ثابت خشخاش	دو چائے کے چمچے
نمک	حسب ذائقہ
پسی لال مرچ	آدھا چائے کا چمچہ
پیاز	ایک عدد
ہری مرچ	دو عدد
ہرا دھنیا	آدھا کپ
بیسن	ایک کھانے کا چمچہ
تیل	ایک چوتھائی کپ

ساس کے لیے:

تیل	دو کھانے کے چمچے
پیاز	تین عدد
دار چینی	دو ٹکڑے
بڑی الائچی	دو عدد
ادرک	ایک چائے کا چمچہ
لہسن	ایک چائے کا چمچہ
نمک	حسب ذائقہ
دہی	ایک چوتھائی کپ
پانی	حسب ضرورت

ترکیب:

قیمہ کو پیس لیں۔ اس میں، ادرک چوپ کی ہوئی لہسن ،گرم مسالا، خشخاش، نمک، مرچ ——— کٹی ہوئی پیاز، ہری مرچ، ہرا دھنیا، بیسن کو توے پر ہلکا سا بھون کر ڈالیں اور بولز بنالیں ایک طرف رکھیں پھر تیل میں فرائی کرلیں۔

ساس بنانے کے لیے تیل میں پیاز چھوٹی چوکور فرائی کریں۔ لائٹ گولڈن ہوجائے تو دار چینی، بڑی الائچی، ادرک، لہسن ڈال کر بھون لیں۔ پھر تھوڑا پانی ڈال کر ہلکا سا چلائیں کہ پیاز نرم ہوجائے اب دہی، نمک شامل کر کے بھونیں پھر ایک کپ پانی ڈالیں۔ تھوڑا پکا کر پیالے میں ساس نکال لیں۔ پیالا پلیٹ میں رکھیں۔ مرچ پاؤڈر ساس میں چھڑک دیں۔ پلیٹ کے سائیڈ میں بولز رکھیں۔ ہرے دھنیے لیموں سے گارنش کریں۔

فالودہ

ضروری اشیاء

دودھ	ایک کلو
لال شربت	آدھا کپ
رنگین سویاں	ایک پیکٹ
جیلی	ہری اور لال
پستے، بادام	دو چمچے
انناس	آدھا کپ
ونیلا آئس کریم	حسب ضرورت

ترکیب:

دودھ کو اچھی طرح پکا کر اس میں چینی ڈال کر ٹھنڈا کرلیں۔ اور لال شربت ملا کر فریزر میں رکھ دیں۔ سویاں ابال لیں۔ جیلی جما کر چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کرلیں۔ بادام پستے باریک کاٹ لیں۔

گلاسوں میں پہلے سویاں اور انناس کے ٹکڑے ڈالیں (انناس نہ ہو تو کوئی بات نہیں اس کے بغیر بنالیں) پھر ٹھنڈا دودھ اور تین بڑے چمچے آئس کریم ڈالیں۔ آخر میں بادام پستے چھڑک کر ٹھنڈا ٹھنڈا پیش کریں۔

عدنان

نفسیاتی ازدواجی الجھنیں

نفیسہ بانو......کراچی

عدنان بھائی! میں زندگی سے تھک چکی ہوں۔ سمجھ میں نہیں آتا کیا کروں۔ زندگی نے مجھے خسارہ کے علاوہ کچھ نہیں دیا۔ ایک خواب تھا جو سراب نکلا اور اب میں خالی ہاتھ کھڑی ہوں۔

ہم دو بہنیں اور ایک بھائی ہے۔ میں نے بی اے کیا تو والدین کو میرے رشتے کی فکر ہوئی۔ ہم لوگ مڈل کلاس سے تعلق رکھتے ہیں۔ شکل وصورت بھی معمولی تھی۔ کسی بڑے جہیز کا بھی سہارا نہ تھا۔ ایسی صورت میں اچھے رشتے تو کیا سرے سے رشتے ہی نہیں آتے تھے۔ امی ابو بہت پریشان تھے۔ چھوٹی بہن خوب صورت تھی، جو آتا بھی تو اسے پسند کر لیتا۔ ایسے میں میرے لیے ایک رشتہ آیا۔ صاحب بڑے عہدے پر فائز تھے۔ شان دار بنگلا اور گاڑی بھی تھی۔ دیکھنے میں بھی بہت اچھے تھے۔ گھر والے حیران تھے کہ ان کے گھر والوں کو ہماری کون سی چیز پسند آ گئی ہے۔ سچ پوچھیں تو کوئی جوڑ ہی نہ تھا۔ انہیں شادی کی جلدی تھی اور امی ابو اتنے خوش تھے کہ انہوں نے زیادہ چھان بین نہ کی اور جھٹ پٹ شادی کر کے رخصت کر دیا۔

رخصت ہو کر گھر گئی تو وہاں خواتین کی آپس کی باتوں سے اندازہ کہ یہ شوہر کی دوسری شادی ہے۔ مجھے جھٹکا تو لگا لیکن کچھ بول نہیں سکتی تھی، خاموش رہی۔ شادی کی رات شوہر نے خود ہی بتا دیا کہ یہ ان کی دوسری شادی ہے۔ پہلی بیوی بہت بڑے گھر کی لڑکی تھی اور بہت خوب صورت بھی تھی لیکن وہ کسی اور کو چاہتی تھی اس لیے اس نے شادی کے چند مہینوں بعد ہی طلاق کا مطالبہ کر دیا۔ شوہر اس کو زبردستی باندھ کر نہیں رکھنا چاہتے تھے اس لیے انہوں نے طلاق دے دی۔ انہوں نے بتایا کہ ان کی شادی صرف تین ماہ رہی۔

صبح ہوئی تو میرے چودہ طبق روشن ہو گئے اور ساری بات سمجھ میں آ گئی۔ دروازے پر دستک ہوئی تو میں واش روم میں تھی۔ شوہر نے دروازہ نہیں کھولا۔ میں باہر نکلی تو ان کا موڈ بہت خراب تھا۔ انہوں نے غصہ سے کہا اتنی دیر لگا دی، اندر کیا کر رہی تھیں۔ میں نے جواب میں کچھ کہنا چاہا تو انہوں نے چیخ کر کہا کہ انہیں زبان چلانے والی خواتین زہر لگتی ہیں۔ میں ڈر کر خاموش ہو گئی۔ ڈریسنگ ٹیبل کے سامنے بیٹھ کر بال بنا رہی تھی تو پرفیوم کی شیشی گر کر ٹوٹ گئی تو وہ غصے سے بولے۔ اندھی ہو، نظر نہیں آتا۔ پھر میرے منہ پر اتنی زور سے تھپڑ مارا کہ میرے چہرے پر انگلیوں کے نشان ابھر آئے۔

ذرا ذرا سی بات پر تھپڑ مارنا، کلائی مروڑنا معمول کی بات تھی۔ ساس سے شکایت کی تو انہوں نے لاتعلقی کا اظہار کیا، بولیں۔ اپنے جھگڑے خود نمٹاؤ۔ بیڈ روم سے باہر نہ لاؤ۔ جہاں تک میرا اندازہ ہے کہ وہ تمام حالات سے واقف تھیں۔ شوہر دوہری شخصیت کے مالک تھے۔ باہر وہ ایک مہذب، پڑھے لکھے، روشن خیال اور خواتین کا احترام کرنے والی شخصیت جبکہ بیڈ روم میں ان کا بالکل دوسرا روپ تھا۔ میں ہر وقت خوف زدہ رہتی۔ میری صحت بھی گرتی جا رہی تھی۔ ڈر ڈر کر ذہنی حالت بھی تباہ ہو چکی تھی۔ اپنے گھر والوں کو ساری بات بتا دی تھی۔ ان کا کہنا تھا کہ اس شخص کا ٹھیک ہونا ممکن نہیں۔ تم اسے چھوڑ دو لیکن اس دوران میں پریگننٹ ہو چکی تھی اس لیے میں ہر قیمت پر اس شادی کو بچانا چاہتی تھی۔

اس کے بعد تو حالات بد سے بدتر ہوتے گئے۔ وہ میری حالت کی بھی پروا نہ کرتے۔ میری سمجھ میں آ چکا تھا

امت الصبور

بیوٹی بکس

ایمن شاہ...... چیچہ وطنی

س:۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری آنکھوں کے نیچے گہرے حلقے ہیں اور آنکھوں کے نیچے ہی ہلکی ہلکی جھریاں بھی ہیں۔ جبکہ میری عمر 24 سال ہے۔ میرا ایک اور مسئلہ یہ ہے کہ میرے ہاتھوں ۔۔ اور پیروں کی انگلیاں قدرے گہرے رنگ کی ہیں۔ خاص طور پر ان کے جوڑ اور میں یہ چاہتی ہوں کہ میری اسکن ٹائٹ ہو جائے۔ میرے چہرے پر فریش نیس نہیں ہے۔

ج: چہرے کی جھریاں اور بے رونقی وقت سے پہلے بوڑھا بنا دیتی ہے۔ اس کے لیے درج ذیل نسخہ مفید ہے۔

عرق گلاب	100 گرام
پھٹکری	15 گرام
انڈوں کی سفیدی	4 عدد
روغن بادام	15 گرام

مندرجہ بالا اشیاء کو آپس میں ملا کر ہلکی آنچ پر پکائیں۔ یہاں تک کہ وہ گاڑھی ہو کر لئی کی شکل اختیار کر لیں۔ رات کو سوتے وقت گرم پانی سے چہرہ دھو کر تولیے سے خشک کر لیں اور اس مرکب کی مالش چہرے پر نیچے سے اوپر کی جانب آہستہ آہستہ کریں۔ پیشانی اور آنکھوں کے نیچے کی جھرّیوں کے لیے یہ آمیزہ بہت مفید ہے۔

جھریاں دور کرنے کے لیے ایک اور آسان اور مفید نسخہ یہ ہے۔

شہد	ایک چھٹانک
انڈے کی زردی	ایک عدد
لیموں کا رس	ایک عدد

اچھی طرح مکس کر لیں اور رات سونے سے پہلے چہرے پر لگائیں۔ آدھا گھنٹہ لگا رہنے دیں پھر چہرہ دھو ڈالیں۔ پندرہ بیس دن لگانے سے جھریاں دور ہو جائیں گی۔

صائمہ سلیم...... پشاور

س:۔ (1) میرے کچھ مسائل ہیں۔ سب سے بڑا مسئلہ یہ ہے کہ بال گر رہے ہیں۔

(2) میرے چہرے پر کیلیں ہیں اور ناک پر ہلکے نشانات ہو رہے ہیں جو جھائیاں لگ رہی ہیں۔

(3) تیسرا مسئلہ میری بہن کا ہے۔ اس کا قد 5 فٹ اور وزن 60 کلو ہے۔ اس کا وزن کتنا ہونا چاہیے۔

ج: چہرے کی کیلوں کے لیے آپ بھاپ لیں۔ کیلیں نرم پڑ جائیں تو ہلکے سے دبا کر نکال لیں پھر چہرے پر برف سے ٹکور کریں۔

جھائیاں چہرے پر وٹامن سی اور آئرن کی کمی کی وجہ سے ہوتی ہیں۔ آپ سبزیاں اور پھل زیادہ کھائیں۔

جھائیاں دور کرنے کے لیے مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کریں۔ مٹی کی پیالی میں ایک چمچہ بالائی اور تین بادام کی گریاں پیس کر پیسٹ بنا لیں اور چہرے پر لگائیں۔

آپ نے اپنی بہن کی عمر نہیں لکھی، قد کے لحاظ سے ان کا وزن 50 کلو سے 55 کلو تک ہونا چاہیے۔ وزن کم کرنے کے لیے سب سے اچھی ورزش پیدل چلنا ہے۔ صبح، شام ایک گھنٹہ چہل قدمی کرنے سے وزن میں نمایاں کمی ہوگی۔

غذا میں چکنائی کا استعمال بالکل ترک کر دیں۔

☆